



ようこそ おたっしゃ広場へ

☎おたっしゃ広場 ☎55-6955

“脳の活性化のために”

今月のクラブ活動を紹介します。まずは『俳句クラブ』です。長く俳句に携わっていた方を講師とし、参加者が毎回2句提出。その後、前回の句を選句しあい、講師からの講評があります。今月行われる町の文化祭にも応募しました。俳句を詠む事で四季の変化に敏感になるようで、皆さん素敵な句を詠まれています。



次は『脳活クラブ』です。漢字や間違え探しなどのプリントを解いたり、イラストを覚え違う事をした後に、再度覚えたイラストを思い出す事を行っています。いつもは賑やかな皆さんもこの時ばかりは集中し、時にスラスラ、時に頭を抱えながら取り組んでいます。

興味のある方はぜひ一度、足を運んでみて下さい。

「食育推進チーム」だより



“一緒に食べよう！”

主食・主菜・副菜のそろった食事”

☎住民福祉課 保健予防係 ☎62-9134

11月24日は『和食の日』です。おいしい和食の土台となるのは「だし」のうま味で、給食の和食作りも「だし」を取ることに始まります。昆布や鰹などからうま味を十分に引き出した「だし」が取れると、薄味でもおいしい料理が作れます。今回はだしを味わう給食レシピを紹介します。(富士見中学校栄養士)

えのきのふわふわ汁

◇材料(4人分) *一人分の食塩相当量は約0.8gです
水…600ml 煮干し・鰹節(だし用)…各10g
えのき…120g 塩…小さじ1/2 こしょう…少々
卵…2個 牛乳…50ml 片栗粉…小さじ1/2
みつば…40g

◇作り方

- ①水に煮干しを入れ30分以上置く。中火で時間をかけて沸騰させたら鰹節を入れ、弱火で5～10分位煮出す。
- ②煮干しと鰹節をこし、えのきを入れて塩こしょうで味を付ける。
- ③卵、牛乳、片栗粉をよく混ぜ、沸騰した②に入れて最後にみつばを加える。



おいでよ!ゆめひろば富士見

☎生涯学習課 生涯学習係 ☎62-7900

“食べにおいでよ! ゆめひろば”

11月に入り、寒い冬がすぐそこまで来ています。そんな時期、ゆめひろばの交流棟通路では、昨年に引き続き干し柿を吊るす予定です。出来上がるのは、11月の中旬以降だと思いますが、ぜひ食べに来て下さいね。一緒に干し柿の皮を剥いてくれる方、干し柿にする柿を提供してくれる方も募集しています。赤い服を着たてっちゃんまでお声掛けください。



～地域おこし協力隊 てっちゃんのひとり言～

作業をしていると、子ども達から「なにしているの?」と良く聞かれます。「〇〇している」と答えると、「手伝ってあげる」と言って一緒に作業してくれる子がたくさんいます。そんなとき親御さんが私の仕事の効率を考えて「邪魔しちゃだめよ」と言ってくださいます。

ですが、私はとっても嬉しく、また子ども達にとっても大事な時間だと考えています。もしお時間に余裕がある時は、子どもが飽きるまで作業させていただければ幸いです。

心のいろはどんないろ?

☎子ども課 総務学校教育係 ☎62-9235

“がんばった運動会!”(西山保育園)

運動会を終えた青組の子ども達に、今年の運動会の思い出を聞きました。ご紹介します。

- ★「ダンス「OLA!」で手を挙げてふったところが楽しかった。」「手を腰につけるところもね。」
- ★「かけっこ、1位になれて良かった。」「ぼくも一位。走るの大好きだ。」
- ★「(障害物リレーで)魚をとるところ楽しかった。」「運動会の日風がすごかったから大変だった。」「でも、うまく口でとれたよ。」
- ★「みんなが、上手だねって言った。」「ばばが、運動会すげよかったって言ってくれた。」「ねえねが、すごく頑張ったねって言ってくれた。」

ほめられたこと、頑張ったことは、子ども達の心の中に残り続けます。



いっぱい練習したダンスです▶